



令和元年
5月

川口市マスコット「きゅぼらん」

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
センター調理小学校
(新郷・南平センター献立)

※献立表は、主に使用している食品であり、全ての食品についての記載はありませんのでご了承ください。

日	曜	献立名			主な食品			栄養価	
		主食	飲み物	おかず	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー (kcal)	たん白質 (g)
7	火	わかめごはん	牛乳	とん汁 和風ハンバーグ お祝いゼリー	米 でんぶん さとう ラード 水あめ 粉あめ なたね油	牛乳 わかめ とうふ ぶた肉 とり肉 みそ 豆乳	にんじん たまねぎ ごぼう まいたけ だいこん ながねぎ いちご	660	27.2
8	水	はちみつパン	牛乳	じゃがいもとうインナーのトマト煮 コーンフライ オレンジ	パン じゃがいも なたね油 さとう はちみつ 小麦粉 パン粉	牛乳 ソーセージ	にんじん たまねぎ エリンギ とうもろこし グリーンピース にんにく トマト オレンジ	580	17.7
9	木	麦ごはん	牛乳	カレーライス ごぼうサラダ 乳酸菌飲料	米 麦 じゃがいも さとう 小麦粉 なたね油 ごま ドレッシング ラード	牛乳 ぶた肉 豆乳 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ごぼう えだまめ とうもろこし	653	20.3
10	金	ごはん	牛乳	わんたんスープ 白身魚のチリソースかけ 野菜のナムル	米 ごま油 なたね油 さとう でんぶん ドレッシング 小麦粉	牛乳 ぶた肉 ほき	にんじん たまねぎ えのきたけ こまつな しょうが にんにく ながねぎ もやし とうもろこし ほうれんそう	592	22.5
13	月	ごはん	牛乳	若竹みそ汁 新じゃがのそぼろ煮 わかさぎの天ぷら	米 じゃがいも なたね油 さとう でんぶん 小麦粉 大豆油	牛乳 わかめ とうふ みそ ぶた肉 さつま揚げ わかさぎ	たけのこ たまねぎ にんじん グリーンピース	580	21.4
14	火	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい ミニトマト	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ とり肉	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ ミニトマト	627	23.9
15	水	バターリング パン	牛乳	春野菜のクリームスープ ポテトコロッケ ブロッコリー	パン なたね油 小麦粉 小麦粉 ラード じゃがいも マヨネーズ	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ キャベツ アスパラガス ブロッコリー	617	19.9
16	木	ごはん	牛乳	きんぴらごはん 切干だいこんのみそ汁 いわしのみぞれ煮	米 なたね油 さとう ごま	牛乳 とり肉 油揚げ みそ いわし	にんじん ごぼう しいたけ 切干大根 ながねぎ こまつな だいこん	611	24.3
17	金	ホット中華めん	牛乳	コーンラーメン ぎょうざ マスカットゼリー	中華めん なたね油 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉 わかめ	にんじん もやし キャベツ ながねぎ とうもろこし ぶどう	606	21.0
20	月	ごはん	牛乳	つくね汁 あじの梅香ソース メロン	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 あじ	にんじん たまねぎ だいこん ながねぎ ほうれんそう しょうが うめ メロン	590	25.0
『不足しがちな栄養素が入っている食べ物を知ろう』1学期の栄養素・食物せんい 今月の食べ物: たけのこ									
21	火	ごはん	牛乳	たけのこごはん じゃがいもとわかめのみそ汁 かつおの新たなソースかけ	米 なたね油 さとう じゃがいも でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ わかめ みそ かつお	にんじん たけのこ さやえんどう たまねぎ にんにく しょうが	619	26.4
たけのこごはんには、今が旬のたけのこがたっぷり入っています。たけのこには、食物せんいが多く含まれています。									
22	水	マーブル 食パン	牛乳	ヌードルスープ メンチカツ アスパラとコーンのソテー	パン 米粉めん なたね油 パン粉 ココア	牛乳 とり肉 ぶた肉 ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ アスパラガス パセリ とうもろこし	586	23.3
23	木	ごはん	牛乳	豆腐のスープ 豚キムチ炒め たこナゲット	米 でんぶん なたね油 さとう ごま油 ごま 小麦粉	牛乳 わかめ とうふ ぶた肉 みそ たこいか	たまねぎ ほうれんそう にんじん ながねぎ えのきたけ キムチ キャベツ にら しょうが にんにく	596	26.3
24	金	地粉うどん	牛乳	きつねうどん 笹かまぼこの抹茶揚げ オレンジ	うどん さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 油揚げ ぶた肉 ささかまぼこ	にんじん たまねぎ ほうれんそう オレンジ 抹茶	584	26.1
27	月	ごはん	牛乳	ひじきごはん にらとえのきのかきたま汁 さばの塩こうじ焼き	米 さとう でんぶん	牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじき たまご さば	にんじん たまねぎ にら えのきたけ	618	24.0
28	火	ごはん	牛乳	わかめスープ 鶏肉の甘酢あんかけ 切り干し大根のサラダ	米 でんぶん なたね油 さとう ドレッシング	牛乳 わかめ とうふ とり肉	たまねぎ にんじん ながねぎ 切干大根 こまつな	689	23.7
29	水	メロンパン	牛乳	野菜スープ ポークストロガノフ 青のりポテト	パン なたね油 小麦粉 生クリーム じゃがいも	牛乳 ベーコン ぶた肉 あおさ	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし しめじ にんにく トマト	673	23.6
30	木	酢めし	牛乳	こぎつね寿司 すまし汁 厚焼たまご	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 ぶた肉 油揚げ とうふ はんぺん わかめ たまご	にんじん さやえんどう ながねぎ ほうれんそう	630	26.6
31	金	ホット中華めん	牛乳	みそラーメン 春巻 冷凍みかん	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	キャベツ にんじん ほうれんそう とうもろこし しょうが にんにく みかん	650	23.9

都合により食材料を変更することがありますのでご了承ください。

おはしはきれいに洗って毎日必ず忘れずに持参するようお願いいたします。

食物アレルギー・献立表に記載されていない微量の食品については、学校をとおして給食センターにご相談ください。

また、使用する個々の食品・使用量に関する「学校給食献立日誌」及びアレルギー物質を含む食品に関する「給食用食品一覧表」を各学校あて送付及びホームページにて公開していますので併せてご確認ください。

次回給食費口座引落日のご案内

対象給食月	口座振替日	
4・5月分	5月31日(金)	5月30日(木) までに入金をお願いします

上記日程となりますので、所定の日までに学校給食費自動引落口座へ必ずご入金をお願いいたします。